

실천 목표

어르신과 더불어 행복한  
지역사회를 가꾸는  
얼쑤 동래데이케어 주간보호

**얼쑤 동래 데이케어**

제 2022 - 02호

발행인 : 김지연  
담당자 : 이영애  
발행일 : 2022. 01. 26



꽃처럼 웃고  
새처럼 노래하고  
구름처럼 자유로이 나는  
평화롭고 복된  
삶이 되시길 바랍니다.

## \* 02월 일정 안내 및 알림 \*

- ♣ 02월 17일 미용봉사가 있습니다.
- ♣ 02월 9일 생신잔치가 있습니다.  
박인순어르신(음력 01월16일)
- ♣ 변종바이러스의 빠른 확산으로 외부강사이외에 방문은 자제하고, 친지면회도 일절 자제 부탁드립니다.
- ♣ 1월부터 3월달까지 12주간 토요일마다 동아대학교 사회복지학과에서 음악치료를 전공하고 김찬영선생님께서 집단음악치료 프로그램으로 다양한 악기와 프로그램으로 자신을 표현하는 프로그램을 진행하고 있습니다.
- ♣ 지난 한해도 많은 보호자님들께서 어렵고 힘든 시국임에도 불구하고 어르신을 위해 맛있는 간식이나 비품을 함께 나누어 주셔서 고개숙여 감사드립니다. 저희기관은 연말정산에 기부금영수증처리가 가능하므로 물품과 함께 영수증을 첨부해주시면 기부금영수증을 발급해드리니 연말정산시 말씀해주시면 됩니다.
- ♣ 본인부담금 계좌번호 :  
하나은행 (주)동래데이케어 186 - 910002 - 83704
- ♣ 공지
  - 2022년 1월‘급여제공기록지’부분은 각 가정으로 우편발송하였고, 확인자서명은 부득이 어르신께 직접 받았음을 알려드립니다.
  - 보내드리는 계약서와 급여제공기록지는 꼭 보관해두시기 바랍니다.
- ♣ 사회복지사 : 김지연 ( H.P 010-8805-0086 )

## ★ 02월의 건강정보 ★

### ▶ 또 하나의 가족, 반려동물과 정신건강

#### □ 동물과의 교감을 이용한 '동물 매개 치료'

반려동물과의 교감이 주는 치유적 효과를 이용한 '동물 매개 치료'에 대한 연구도 활발하다. 알츠하이머 치매, 자폐증, ADHD, 우울증, 심장질환, 뇌성마비 등에서 폭넓게 동물 매개 치료가 시도되고 있으며 효용성도 입증되고 있다.

동물이 심리치료에 활용된 예는 9세기 벨기에에서 지역 장애인에게 제공한 재활복지서비스에서 자연치료 프로그램의 일부로 활용한 것이 시작이다. 그 후 1960년대부터 반려 동물을 활용한 장애인 프로그램이 본격화되고, 미국 소아정신과 전문의였던 레빈슨(Levinson)이 동물 매개 치료라는 용어를 사용하기 시작하였다. 레빈슨은 진료 대기실에서 기다리던 아동이 개와 놀면서 의학적 치료 없이 저절로 회복되는 것을 목격한 후 정식 훈련을 받은 자신의 애견을 치료의 매개체로 활용했고, 이것이 체계적 훈련을 받은 동물이 임상에서 직접 적용된 최초의 사례가 되었다.

오늘날 세계 각국에서는 동물과 사람과의 관련성에 관한 연구가 활발하게 진행되고 있으며, 동물이 사람에게 미치는 여러 효과가 연구결과로 발표 및 입증되고 있다. 특히 동물이 아동에게 미치는 사회적·심리적 효과, 동물을 매개로 한 가족 상호작용의 증대 등과 관련된 과학적 연구의 발표도 계속해서 발표되고 있다.

동물 매개 치료에서는 환자와 동물과의 관계도 매우 중요하기 때문에 치료사는 치료 목표와 환자의 특성에 따른 치료 동물 선정에 유의해야 한다. 특히 동물의 특성상 돌발사고가 일어날 수 있기 때문에 동물의 사전훈련, 사육 유의사항 등을 철저히 교육해야 한다. 살아 있는 생명체와 직접 상호작용하면서 여러 가지 효과를 볼수 있는 동물 매개 치료지만, 동물에 대한 거부감이나 공포심을 가진 사람, 동물 관련 알레르기가 있는 사람에게는 적용할 수 없다는 단점이 있기도 한다.

#### □ 반려동물과의 이별

반려 동물과의 이별은 가까운 가족과의 이별과 마찬가지로 큰 심리적인 고통을 수반한다. 반려 동물의 이별 후 겪는 상실 감정이 1년을 넘어가면 **펫로스 증후군**으로 불리우기도 한다. 반려동물과의 '친밀감'이 높을수록 반려동물과의 이별은 심리적, 정서적 고통을 불러 일으킨다. 2005년 8월의 허리케인 카트리나 생존자들 중 반려동물과의 이별을 경험한 65명이 우울증, 급성스트레스, 외상 후 스트레스 장애 증상을 경험한 것으로 보고된 바 있다. 반려 동물과의 이별은 자녀와의 이별과 동일하게 느껴질 수 있고, 반려 동물의 죽음을 자신의 탓으로 돌릴 수도 있다. 즉, 반려인에게 반려 동물의 죽음은 관계의 상실을 의미한다. 반려동물을 잃은 슬픔에서 3~6개월이 지나도 벗어나지 못하고 일상생활에 지장을 받을 정도라면 전문적인 치료가 필요하다.

펫로스 증후군 극복을 위해서는 먼저 반려동물을 입양할 때 **나보다 먼저 죽을 수도 있다는 사실을 인지**해야 한다. 개와 고양이의 기대 수명이 평균 15~17년이지만 불의의 사고나 질병으로 더 빨리 곁을 떠날수도 있으므로 미리 이별을 준비하는 자세가 필요하다.

두번째는 자신의 슬픔을 솔직하게 표현하기 위해서 **반려 동물의 죽음을 경험했거나 공감할 수 있는 사람들과 슬픔을 공유**하는 것이 좋다. 충분히 애도의 시간을 가지면서 반려 동물이 사용하던 물건을 천천히 정리해야 한다. 반려 동물 앨범을 만들어 즐거운 기억을 간직하거나, 반려 동물의 묘지나 기념비를 만드는 것도 도움이 된다.

세번째는 키우던 반려 동물이 죽은 뒤 성급하게 **새 반려 동물을 입양하는 일은 지양**해야 한다. 특히, 집안에 어린 자녀가 있을 때 금방 새 반려 동물을 들이면 자칫 아이가 죽음이나 생명을 대수롭지 않게 여길 수 있기 때문이다. 기존이 길렀던 반려 동물과 동일한 종, 같은 성별을 기르는 것은 주의해야 한다.